



摩耶保育園  
NO.10

新年あけましておめでとうございます。子どもたちにとって、より良い1年になりますように。また、皆様が心身ともに健康で過ごせますように。今年もどうぞよろしくお願い致します。年末年始は、いかがお過ごしでしょうか？生活リズムは崩れていませんか？不規則な生活では、免疫機能が低下し、感染症のリスクが高まります。風邪など引きにくい健康な体を作るため、「早寝、早起き、朝ごはん、うんち」の習慣をつけたいですね。

## 《町の健診・相談予定》

お子さんにとって大事な健診や相談です。  
ご都合をつけて参加してください。

1歳6か月児健診 1月7日(水)  
R6年5月・6月生 13:00~13:30 受付

2歳6か月児相談 1月21日(水)  
R5年 5月・6月生 9:00~9:30 受付

3歳児健診 1月7日(水)  
R4年11月・12月生 13:30~14:00

☆保健福祉センター2階の健診室で行われます。森町子ども保健ガイドにて内容、持ち物等確認してお出かけ下さい。

## 内科健診のお知らせ

1月14日(水) 9時15分~

今年度、2度目の内科健診を行います。  
(園医) 岩谷医院



## 冬の肌荒れ対策

気温が低くなると、空気が乾燥して肌トラブルも増えてきます。お風呂で温まったら、パジャマを着る前にすぐ保湿することが大切です。ぬくもりと皮膚のうるおいを逃さないようにしましょう。

おふろタイムで心ほっこり、肌しっとり

## 吐いた!

## おう吐時のケア、知っておきましょう

### 1 吐いたものを口から取り除く

口の中に吐いたものが残っていると吐き気を催すことがあります。うがいさせたり、ぬらしたタオルで口の中をぬぐったりして、口の中をきれいにしましょう。



### 2 静かにさせて、様子を見る

安静にさせて様子を見ます。寝かせる場合は、吐いたものがのどにつまらないよう、横向きに。



### 3 1時間以上してからスプーンで水分をとらせる

吐いた直後に水分をとらせると、また吐いてしまうことがあります。水分を飲ませるときは、様子を見て、顔色がよくなり吐き気が治まったら、スプーンで水やお茶などを少しずつとらせましょう。



吐いたものには、ノロウイルスなどが含まれている可能性があります。きっちり消毒して、感染を防ぎましょう。

## おう吐で汚れた服を消毒するときは……

ノロウイルスやロタウイルスによる「ウイルス性胃腸炎」が流行する季節になりました。園では、お子さんがおう吐した場合、園内の感染流行を防ぐために、洗わず、密封してお渡ししています。ご家庭で消毒・洗濯をしていただくよう、ご理解とご協力をお願いします。

### ① 手袋とマスクをつける

素手で触れないよう、ゴム手袋や使い捨てのビニール手袋をつけましょう。また、使い捨てマスクをつけておくと安心です。

### ② 換気しながら開封する

吐いたものにウイルスが含まれていることがあります。乾燥したウイルスが体内に入ると、感染することがあるため、必ず換気ができる場所で袋を開けましょう。

### ③ 汚れを取り除く

服についた汚れをペーパータオルなどでふき取ります。取り除いた汚れにはウイルスが含まれているおそれがあるので、汚れをふき取ったペーパータオルはポリ袋を二重に密封して捨てましょう。



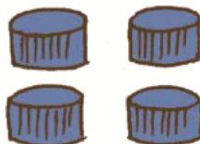
### ④ 消毒液を作る

塩素系消毒薬を、0.1%の濃度に薄めます。製品に記載されている希釈方法を守りましょう。

目安は……



水 1L



消毒薬原液  
ペットボトルの  
キャップ 4 杯  
(1 杯 = 5ml)

(製品濃度 6% の場合)

**注意!** 色落ちします!

塩素系消毒薬は、衣類につくと色落ちします。色落ちさせたくない場合は、85 度以上の熱湯に 1 分間つける方法もあります。

### ⑤ 消毒液にしっかり浸す



消毒液が行き渡るよう衣類を広げ、しっかり消毒液に浸します。

### ⑥ ほかのものと分けて洗濯する

消毒が終わったら、ほかの衣類と分けて洗濯します。

### ⑦ 手などをよく洗う

処理に使った使い捨て手袋やマスクはポリ袋に密封して捨て、最後に手を流水とせっけんでよく洗いましょう。